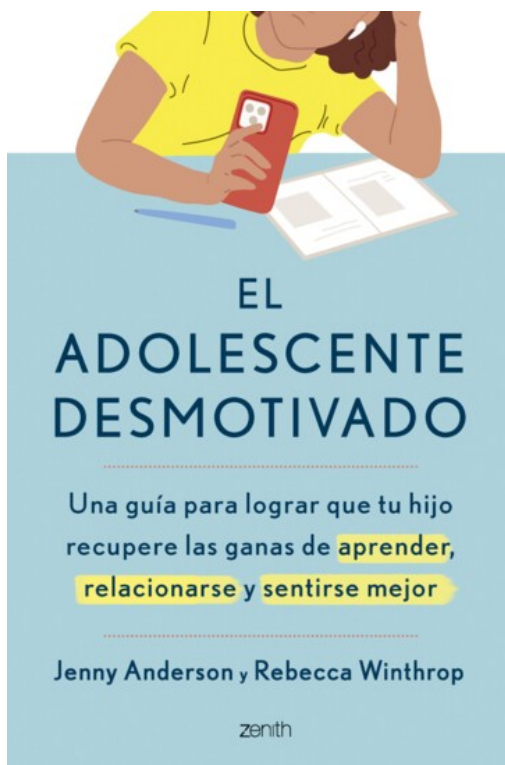




Fecha de publicación:
18/03/2026

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

El adolescente desmotivado

Jenny Anderson, Rebecca Winthrop

Una guía para conectar con los adolescentes y ayudarlos a transformar su relación con el aprendizaje para madres y padres de adolescentes desconectados o estresados, con pautas claras sobre qué hacer (y qué dejar de hacer) para apoyar su bienestar académico y emocional.

Un poderoso kit de herramientas para madres y padres de adolescentes desconectados o estresados, con pautas claras sobre qué hacer (y qué dejar de hacer) para apoyar su bienestar académico y emocional.

La adolescencia es una etapa diseñada para explorar, pero muchos jóvenes se sienten aburridos, abrumados o desmotivados. Al mismo tiempo, muchos padres y madres perciben que han perdido la capacidad de ayudar. Este libro analiza por qué tantos adolescentes pierden el vínculo con el aprendizaje y cómo pueden recuperarlo. Combinando una extensa investigación original con historias reales de jóvenes que transformaron su relación con el aprendizaje, las autoras identifican **cuatro modos de aprendizaje** que los adolescentes adoptan para enfrentar las demandas escolares y sociales, y que terminan dando forma a su narrativa interna sobre sus habilidades, su potencial y su identidad:

- **Modo Resistente.** El «problemático» que evita o sabotea el aprendizaje, aunque tras esta actitud suele haber inseguridad o baja autoestima. Necesita apoyo emocional y conexión para recuperar la motivación.
- **Modo Pasajero.** Funciona en piloto automático y cumple con lo justo (a veces con buenas notas), pero sin implicación real ni disfrute. La escuela le resulta aburrida: demasiado difícil, demasiado fácil o desconectada de su realidad.
- **Modo Triunfador.** Parece tener éxito, pero vive atrapado por el perfeccionismo y el miedo al fracaso. Su motivación depende de las notas y carece de autonomía o pensamiento crítico.
- **Modo Explorador:** Representa al aprendiz resiliente. Se involucra activamente y encuentra sentido en lo que hace. Reflexiona sobre el significado más profundo de lo que aprende y experimenta, desarrolla autoconciencia y tiene agencia sobre su aprendizaje: esa agencia es clave para mantener su implicación.

Entender en qué modo está tu hijo o hija es el primer paso para acompañarlo hacia una relación más sana con el aprendizaje (académico, relacional, vital). Anderson y Winthrop ofrecen estrategias sencillas —aunque a veces contraintuitivas— para conectar con tu adolescente, adaptar tu forma de escuchar y comunicarte, despertar su curiosidad y ayudarle a desarrollar autoconciencia y autorregulación emocional.

Jenny Anderson

Jenny Anderson es una galardonada periodista que trabajó más de una década en *The New York Times* antes de convertirse en referente en el área de ciencia del aprendizaje en *Quartz*. Actualmente escribe una columna sobre educación en *Time*.

Rebecca Winthrop

Rebecca Winthrop es directora del Center for Universal Education en Brookings, donde lidera estudios globales sobre cómo mejorar el apoyo al aprendizaje infantil. Además, es profesora adjunta en la Universidad de Georgetown.